



Mini Curso de Arte-Terapia
Arte & Emoções - *Introdução à Arte-Terapia*

De que está à espera para explorar as suas emoções através da arte?

Edição:

01/2026

Data:

Dia 21 de fevereiro de 2026

Horário:

das 10h às 17h - Total de 6 horas

Local:

Online - Plataforma Zoom

Destinatários:

Profissionais das áreas de Educação, Psicologia, Artes, Sociologia, Serviço Social, Enfermagem, Animação Cultural e Medicina, profissionais não-docentes e todos os que se interessam pela Arte-Terapia.



Descrição:

O Mini Curso de Arte-Terapia **Arte & Emoções** é uma introdução à Arte-Terapia com uma estrutura teórico-prática, sensibilizando o participante para os aspetos da Arte-Terapia enquanto técnica para a saúde mental e para o desenvolvimento pessoal. É previsto uma introdução teórica e a seguir uma parte vivencial e prática.

Tem como objetivo a aquisição de conhecimentos introdutórios sobre os fundamentos da Arte-Terapia e seus benefícios, onde as propostas criativas surgirão como uma oportunidade para aderir a um espaço de experimentação, colocando a tónica no vivenciar e no prazer artístico. A criação livre será privilegiada no sentido de propiciar-se a descoberta interior, o alargamento do espaço da imaginação e o desenvolvimento da criatividade.

Programa:

- O que é Arte-Terapia?
- Fundamentos básicos
- História da Arte-Terapia
- Aplicações
- Dinâmica prática criativa envolvendo vários recursos criativos

Facilitadoras:

Sónia de Brito Esteves - Arte-Terapeuta e Arte-Psicoterapeuta, Formadora e Membro Efetivo da SPAT.

Participantes:

- Mínimo de 3 e máximo de 20 participantes.

Material necessário:

- Roupas confortáveis
- Folhas de papel branco
- A3 ou A4 (qualquer tipo)
- Material de desenho/pintura: pastéis de óleo/lápis de cera, canetas de feltro, lápis de cor, aguarelas, tinta acrílica/tempera, etc.
- Revistas, jornais, encartes que possam ser recortados
- Tesoura e cola (ou fita cola)



Inscrições:

Preço único - 50€

- **Ficha de inscrição:**

<https://forms.gle/kBEDX1W46e9nYyqSA>

- **Pagamento:**

- Efetuar transferência bancária para:

IBAN: PT50 0035 0197 0001 8099 8302 7

- Enviar o comprovativo de transferência para o email: spat.pt@gmail.com

- **A inscrição só é válida mediante o envio do comprovativo.**

- **Em caso de desistência não efetuamos devoluções.**

